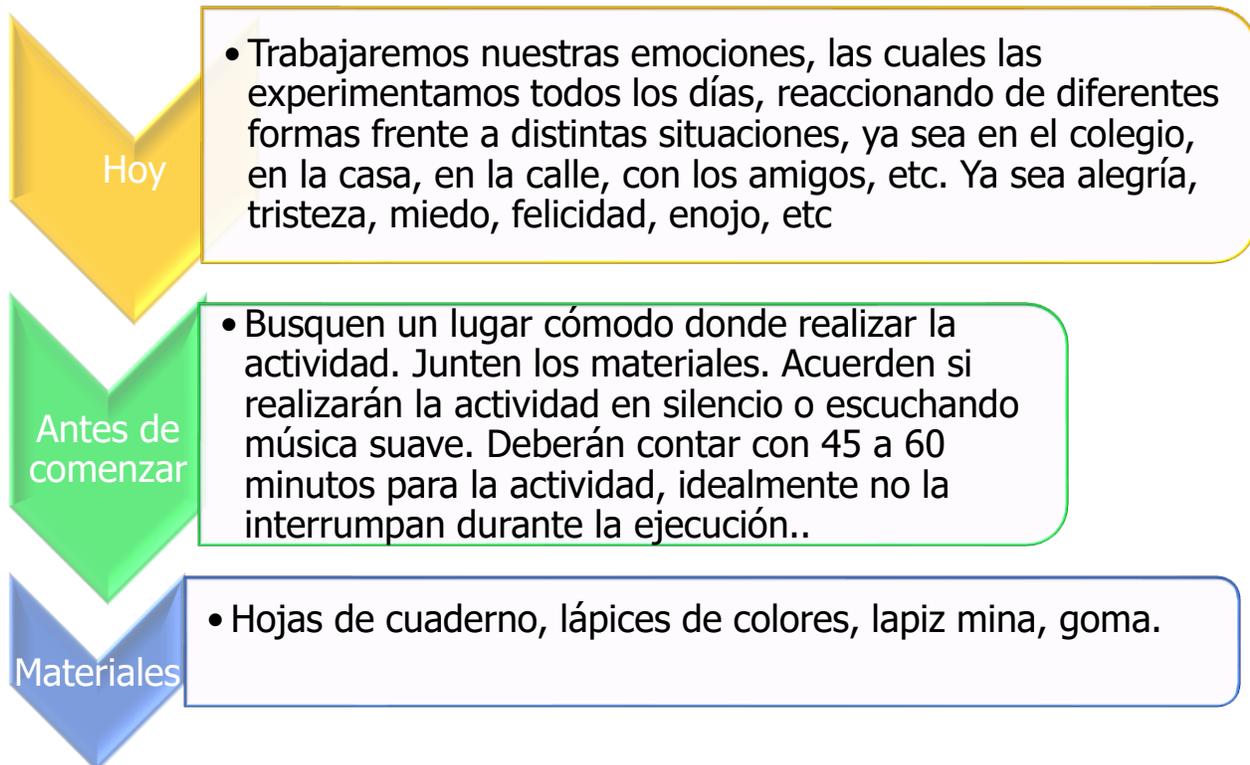


| | |
|----------------------|---|
| Asignatura | : Social |
| Nombre Docente | : Daniela Rodríguez Cáceres |
| Curso | : Laboral 3C |
| Objetivo | : Promover el auto cuidado, a través de la educación emocional, mencionando de manera asertiva, la emoción que sienten frente a diferentes situaciones. |
| Objetivo de la clase | : Expresar a los padres o tutores las emociones que sienten antes ,durante y después de la actividad realizada |
| Contenido | : Emociones frente a diferentes situaciones |
| Habilidad | : Identificar emociones de manera asertiva |
| Semana N° 6 | (Periodo desde el Lunes 04 a 08 de Mayo, 2020) |





- Tal y como se hizo la caja o el frasco de las cosas que los ponen felices en el día
- ahora crearemos una caja en la cual los jóvenes mencionen que cosas los entristecen o les dan pena, los enoja.
- la idea de ésta actividad es que ellos reconozcan sus emociones

Recuerdan cuando hicieron la caja o el frasco de las cosas que los ponen felices en el día...

Ahora harán lo contrario, escribirán en un papel las cosas que no los ponen felices, los entristecen, los aburre, les da rabia.

Una vez que lo escriban, le contarán a sus padres o a alguna persona que quieran ,el por qué se sienten de esa forma y si se puede solucionar y cómo lo podrían solucionar

Preguntarles

¿Te gustó hacer la actividad? _____

¿Por qué te gusto, o , por qué no te gustó?

¿Cúando le cuentas a alguien si estás con pena, alegría, rabia, triste, te sientes mejor?

¿Crees que es importante contarle a alguien como te sientes?
